

## 「心も元気！体も元気！

### 運動大好き！わさだっ子の育成」 大分県大分市植田小学校

全校児童数	563名(男子311名 女子252名)		
全クラス数	25	教職員数	46名
体育担任制専科教員名			西山 美緒

#### Plan：取組時の課題と計画

##### 1 取組時の課題

◆R4年度体力運動能力調査では、実施項目において、全国平均を上回る項目が61%であり、特に握力・立ち幅跳び・ボール投げで全国平均に達していない児童が多かった。

・多様な運動をする機会・運動量の確保

◆休み時間は外で遊ぶ子が多いが、全く外で遊ばない児童もいる。

・運動の楽しさの体験 ・外で遊びたくなる場・機会

◆いろいろな体の使い方ができず、力を発揮できない児童がいる。

・領域に偏りのない体育の授業

##### 2 取組の計画

###### ① 体育授業の充実

- ・年間・学期ごとの指導計画、週時間割の作成
- ・運動量の確保（場や用具、方法の工夫）
- ・つきたい力を明確にした授業

###### ② 体育以外での体力づくりの充実

- ・「わさだっ子毎日1運動」「名人チャレンジ」の実施
- ・遊びの広がりにつながる工夫
- ・場の工夫・掲示物等による運動意欲の向上
- ・家庭との連携「体育通信」

###### ③ 体育環境の整備

- ・用具の整理・整頓、修理、補充、購入

#### Do：実践内容

##### 1 体育授業の充実

###### (1) 体育時間、運動量の確保

- ①学期ごとの指導計画、週時間割…月ごとの指導内容、体育館、運動場の使用割り当てをはっきりさせた。
- ②補助運動…主運動の前の補助運動をパターン化することで教師の説明の時間を短く設定した。
- ②場やグルーピングの工夫…活動の場を増やしたり、グループの人数や教具を工夫したりすることで、待ち時間を短くしている。

###### (2) つきたい力を明確にした授業

- ①めあての掲示…他の教科と同様にホワイトボードや学習支援ソフトにめあてを掲示している。（めあての可視化）
- ②技能ポイント…技能のポイントを掲示し、見合い・教え合いの視点とすることで、技能向上をめざしている。（主体的・対話的・深い学び）
- ③ICT 機器の活用…プロジェクターを使ってお手本の

動きを確認したり、iPadを使って自分の動きを振り返ったりしている。また、ワークシートを学習支援ソフトを使って作成し、配付・回収している。

###### (3) 用具・場の準備

必要な用具の購入や作成。使いやすく整頓。

##### 2 体育以外での体力づくりの充実

###### (1) わさだっ子毎日1運動、名人チャレンジ

「毎日1運動」…実施したら、各教室に置いている名簿に印をし、担当が月末にチェックをする。

「名人チャレンジ」…課題をクリアしたら名人シールをもらえる。

###### (2) タグとり鬼ごっこ週間

学年で日を割り振り、休み時間にタグを使って鬼ごっこができるようにしている。

##### ●工夫したこと（&苦労した点）

- ①「毎日1運動」においては、マンネリ化が見られた。3学期は「なわとびビンゴカード」を使用したことで、実施率が上がった。
- ②「名人チャレンジ」は教室でできるものを行った。シールを嬉しそうに貼る様子が見られた。

#### Check：取組の成果

###### ① 体力運動能力調査について

全国平均を上回る項目が87%で昨年度より大幅に上がった。未実施項目が無いようにしたことも大きな要因と考えられる。

###### ② 運動習慣について

アンケートの結果より、進んで外遊びをする児童は71%であった。更なる工夫の必要性を感じる。

###### ③ 体育の授業について

領域が偏らないように計画をし、実施することができた。体育の授業は汗をかくくらい運動できているという児童が93%を超え、多くの子どもたちが意欲的に学習に取り組むことができた。

#### Action：今後の課題

- ① 1人1台端末の活用により、自分の動きの変化に気づける児童が増えたが、使い方などの指導の時間が必要になる。時間の使い方の工夫が必要である。
- ② 1校1実践は、取組がマンネリ化している。児童が意欲的に取り組める大幅な改革が必要である。

#### ◎体力向上の取組がもたらす波及効果

- ・充実した体育の授業をめざす教員が増えた。
- ・「早寝・早起き・朝ご飯」「食う・寝る・遊ぶ」の大切さを感じる児童・教職員が増えた。

# 【授業について】

体育日課表（基本版） ☆改訂版 4.5

☆体育館・運動場については都度お知らせします。

曜日	月		火		水		木		金	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
1	1年		3年	6年	1年		3年	5年	2年	4年
2	1年		3年	6年	なかよし	なかよし	3年	5年	2年	4年
3	1年		3年	6年	1年	4年	3年	5年	1年	4年
4	3年	4年	2年	5年	1年	4年	2年	6年	1年	5/6
5	3年	4年	2年	5年		4年	2年	6年	1年	5/6
6	3年	4年		5年				6年		5/6

3学期体育予定

学年	1年			2年			3年			4年			5年			6年					
	体育館	運動場	計	体育館	運動場	計	体育館	運動場	計	体育館	運動場	計	体育館	運動場	計	体育館	運動場	計			
1/8~2/2	4	4	8	5	5	10	4	6	10	7	3	10	3	4	1	8	3	4	1	8	
2/5~3/1	6	4	10	6	4	10	6	4	10	4	6	10	4	4		8	4	3	1	8	
3/8~3/25	3	4	7	5	2	7	4	3	7	2	4	6	2	3		5	2	3		5	
保障															1	1				2	2

### 体育日課表（体育館・運動場割り当て表）

- ・同じ学年が続けて使用できるようにしている。
- ・体育館、運動場が同程度使用できるようにしている。

### 体育予定表

- ・体育館（旧幼稚園ホール）・運動場それぞれでの各学年の内容の割り振りをしている。



### 授業の様子

- ・体育館改修工事のため、旧幼稚園ホールを使って、高跳び、マット運動の授業を実施。
- ・学習支援ソフトを使って、自分の動きを記録し、保存。課題を見つける。

### プロスポーツ選手による体験教室

- ・10月にBリングスの野球教室、12月にトリニータのサッカー教室を実施。

### 1人1台端末活用場面

- 自分の動きを撮影して課題を見つける。
- チームの動きを撮影し、作戦を立てる。
- ストップウォッチを使ってタイムをとる。
- お手本の動きを確認する。
- コート図を使って作戦を立てる。
- 学習支援ソフトを使って振り返りをする。 など

### 【体育以外での体力づくり（毎日1運動）】

**まい日1運動なわとびピンゴ（1年生用）**  
 くまの年くまの箱くまの箱の前  
 できた運動の色をぬろう！（1日2つまで）

まえとび（5回）	うしろとび（2回）	かけあしとび（5回）	グーパーとび（5回）
ふたりとび（1人で2回以上）	まえとび（10回）	こうさどとび（2回）	かけあしとび（5回）
あやとび（2回）	かけあしとび（10回）	うしろとび（5回）	ふたりとび（よこ2回以上）
グーパーとび（10回）	ふたりとび（よこ2本）2回以上	まえとび（15回）	あやとび（5回）

ピンゴでできたよ！

### なわとびピンゴ

- ・休み時間に組み組んで、できたら色をぬったり、スタンプをお押ししたり、シールを貼ったりした。
- ・担任がチェックして、頑張りを認めた。
- ・工夫…1人技だけでなく、2人技も入れている。

### マットほじょ運動

## コンパス ゆりかご

（ふつう→うさぎ耳→カタツムリ→立つ）

## 首とうりつ フリッジ カエルの足うち カエルの足入れかえ

### 補助運動

- ・主運動につながる補助運動を繰り返すことが、技の習熟につながる。
- ・全学年でできる。
- ・けがの予防になる。